

Women WON'T wait

Die Bemagtiging van Oorlewendes van Huishoudelike- en Geslagsgeweld

PREAMBLE TO THE DOMESTIC VIOLENCE ACT: Recognising that domestic violence is a serious social evil; that there is a high incidence of domestic violence within South African society; that victims of domestic violence are among the most vulnerable members of society; that domestic violence takes on many forms; that acts of domestic violence may be committed in a wide range of domestic relationships: and that the remedies currently available to the victims of domestic violence have proved to be ineffective: And Having Regard to the Constitution of South Africa, and in particular, the right to equality and to freedom and security of the person: and the international commitments and obligations of the State towards ending violence against women and children, including obligations under the United Nations Conventions on the Elimination of all Forms of Discrimination Against Women and the Rights of the Child; IT IS THE PURPOSE of this Act to afford the victims of domestic violence the maximum protection from domestic abuse that the law can provide; and to introduce measures which seek to ensure that the relevant organs of state give full effect to the provisions of this Act and thereby convey that the State is committed to the elimination of domestic violence.



AFRIKAANS

Die stories van die vroue wat in hierdie boekie aangehaal word, word aangebied in die dokumentêre rolprent “**Women Won’t Wait**”.

Vir meer inligting of om nog eksemplare te kry van die boekie “**Women Won’t Wait**” kontak Mosaic by 021 761 7585 of stuur e-pos aan admin@mosaic.org.za

Bel of stuur e-pos aan Mosaic om ‘n kopie te kry van die rolprent “**Women Won’t Wait**”, wat die boekie aanvul.

Jy kan die rolprent ook op die internet bestel asook ‘n voorskou besigtig, by www.mosaic.org.za

Januarie 2009

INHOUD

VOORWOORD	1
WAT IS HUISHOUDELIKE GEWELD?	2
MITES OOR HUISHOUDELIKE GEWELD	2
VERSKILLENDE VORME VAN HUISHOUDELIKE GEWELD	3
REDES WAAROM MENSE BLY BY IEMAND WAT HULLE MISHANDEL	5
DIE KRINGLOOP VAN GEWELD	5
DIE IMPAK VAN MISHANDELING OP VROUE	7
DIE IMPAK VAN MISHANDELING OP KINDERS	7
DIE IMPAK VAN MISHANDELING OP DIE GEMEENSKAP EN SAMELEWING	8
JOU REGTE	10
HOE OM HULP TE KRY	10
KOM WEG VAN GEVAAR	13
SORG VIR JOU GESONDHEID	14
PROGRAMME VIR OORTREDERS	15
WAT GEMEENSKAPPE KAN DOEN	15
WORD JY MISHANDEL?	17
LYS VAN HULPBRONNE	18

Hierdie boekie is opgedra aan
almal wat die krag het om
nee te sê vir geweld.

VOORWOORD DEUR DIE LUR VIR MAATSKAPLIKE ONTWIKKELING



As jy 'n slagoffer van huishoudelike geweld is, is hierdie boekie vir jou bedoel. Hierin kry jy die jongste inligting oor huishoudelike geweld en hoe jy hulp kan bekom.

Onthou ook terwyl jy dié gids lees dat jy nie alleen is nie. Dis ook nie jou skuld nie en jy verdien nie om geblameer te word nie. Hierdie boekie is propvol hoop, en dit wys dat daar professionele hulp beskikbaar is.

Die voorkoms van die mishandeling van vroue en kinders is onaanvaarbaar hoog, en dit kan nie geduld word nie. Die Departement van Maatskaplike Ontwikkeling het daarom met 'n intensiewe proses begin om iets omtrent hierdie epidemie van geweld te doen.

Die inligting in hierdie boekie kan deur alle slagoffers gebruik word, ongeag hul geslag, of die geslag van die persoon met wie hulle 'n verhouding het, of hul huwelikstatus. Dit is ook van toepassing op ouer mense en jonger mense in liefdesverhoudings.

Gebruik dit om jouself te bemagtig. Deel dit om ander te bemagtig.

Mev. Zodwa Magwaza

LUR VIR MAATSKAPLIKE ONTWIKKELING



Department of Social Development
Departement van Maatskaplike Ontwikkeling
Isebe Lophuhliso Loluntu



WAT IS HUISHOUDELIKE GEWELD?

Die Wet op Gesinsgeweld, Nr. 116 van 1998 sê huishoudelike geweld is enige vorm van mishandeling wat inbreuk maak op of 'n bedreiging inhou vir jou fisieke veiligheid, vryheid, gesondheid en emosionele welstand. Dit is geweld wat gepleeg is of gepleeg word deur iemand met wie jy in 'n gesins- of familieverhouding is, dit wil sê jou lewensmaat of gewese lewensmaat (nie noodwendig getroud nie), kêrel of meisie, ouers, kinders, familieledes, of enigeen wat saam met jou in die huis woon of gewoon het.

Huishoudelike geweld is mishandeling met 'n spesifieke doel voor oë: Dit word deur 'n persoon gebruik, meestal jou lewensmaat, om mag en beheer oor jou te verkry en te behou. Hierdie uitoefening van mag en beheer is bedoel om jou bang te maak, en dit is hoe jou lewensmaat beheer oor jou lewe kry.

MITES OOR HUISHOUDELIKE GEWELD

Daar is baie mites, oftewel onwaar stories, wat mense gebruik as verskoning om mishandeling te regverdig, en net 'n paar word hier genoem. Hierdie mites moet uitgedaag word wanneer dit deur oortreders of ander mense gebruik word.

Mite: Die man as hoof en broodwinner van die huis mag doen wat hy wil.

Feit: Maak nie saak wat in 'n spesifieke kultuur die gebruik of waardes is nie, nie een van die lewensmaats het meer regte as die ander nie. En huishoudelike geweld gebeur ook in huise waar sowel die man as die vrou werk. Soms is vroue ook die broodwinner. Ons moet ook

GEWELD KOM NOOIT UIT DIE BLOUTE NIE. DIE
GEWELDENAAR HET ALTYD 'N DOEL VOOR OË.

onthou dat hoewel sommige vroue nie uitgaan om te werk nie, hulle 'n belangrike rol in die huis speel deur na die kinders en die huishouding om te sien.

Mite: Alkohol- en dwelmmisbruik veroorsaak huishoudelike geweld.

Feit: Dwelms en alkohol kan mishandeling erger maak, maar dit veroorsaak nie self huishoudelike geweld nie. Mishandeling kan met of sonder die gebruik van alkohol en dwelms gebeur.

Mite: Armoede of spanningsvolle werk veroorsaak huishoudelike geweld.

Feit: Daar is baie mense uit arm huise wat nie hul lewensmaat, kinders of familieledes mishandel nie. Huishoudelike geweld kom in alle inkomstegroepe voor, en die vinger kan nie na net armoede gewys word nie. Daarby kan enigeen gespanne raak, en niemand het die reg om sy of haar frustrasies op iemand anders uit te haal nie, maak nie saak met watter probleme hulle opgeskeep sit nie.

Mite: Vroue soek vir moeilikheid as hulle skrapse klere dra of neulerig is.

Feit: Vroue moet enige klere kan dra sonder om onveilig te voel. Om 'n probleem te bespreek, is nie neul nie. Probleme moet op 'n kalm en respekvolle manier bespreek word.

VERSKILLENDE VORME VAN HUISHOUDELIKE GEWELD

Liggaamlik: Dit is wanneer jy geslaan, gesteek, gewurg, geskop, of op enige ander manier aangeval word. Soms word iets soos 'n kerie, panga, mes, rewolwer of gebreekte bottel daarvoor gebruik.

VERKRAGTING IN 'N HUWELIK IS 'N MISDAAD.

Seksueel: Dit is wanneer jy gedwing word om seksuele omgang met iemand te hê, of teen jou wil seksuele dade te doen. Of wanneer jou lewensmaat jou wil seermaak wanneer jy nie omgang wil hê nie. Dit is belangrik om te onthou dat 'n mens ook deur jou huweliksmat verkrag kan word.

Emosioneel: Hierdie stille vorm van mishandeling word gebruik om jou gevoelens seer te maak. Dit veroorsaak vrees, stres, spanning of angstigheid.

Sielkundig: Dit is wanneer iemand jou mishandel om met jou gedagtes te mors of jou deurmekaar te maak. Dit is dan asof jy voel jy raak van jou kop af.

Mondelings: Dit is wanneer woorde, taal en 'n mens se stemtoon op wrede maniere gebruik word om jou seer of bang te maak en jou af te takel. Dit sluit in om jou voor ander mense in die verleentheid te stel, of te dreig om jou en jou kinders seer te maak.

Ekonomies: Dit is wanneer iemand jou probeer beheer deur nie vir jou geld te wil gee nie, of te keer dat jy geld in die hande kry. Hy/sy kan byvoorbeeld weier om die huur te betaal. Dit gebeur ook wanneer iemand jou besittings of eiendom beskadig, nie help om vir die kinders te sorg nie, jou besittings steel of dit sonder jou toestemming verkoop.

Agtervolging: Wanneer iemand jou en jou kinders agtervolg en elke beweging dophou.

Iemand wat huishoudelike geweld oorleef het en nou in 'n skuiling woon:

"Ek het nie geweet wat hy die volgende keer sou doen nie, miskien sou hy my doodmaak. Hier praat ons elke dag met mekaar, ons bid en hou mekaar sterk."



Teistering: Wanneer iemand jou verpes en jou privaatheid skend. So iemand kan by jou werkplek rondhang, jou gedurig bel of sms'e en briewe aan jou stuur. Hy of sy kan ook sonder toestemming by jou huis inkom – alles goed wat jou onveilig en bang laat voel.

REDES WAAROM MENSE BLY BY IEMAND WAT HULLE MISHANDEL

Daar is baie redes waarom mense nie padgee uit 'n verhouding waarin hulle mishandel word nie. Indien jy nie werk nie, mag jy dalk voel jy het die een wat jou mishandel nodig om vir jou en jou kinders te sorg. Jy mag dalk vir jou kinders se onthalwe bly en dink dis beter dat jou kinders albei ouers by hulle het. Party mense bly omdat hulle dink hulle het nêrens anders om heen te gaan nie. Daarby kan 'n mishandelaar dreig om jou of jou gesinslede seer of selfs dood te maak as jy sê jy wil weggaan. Baie mense bly omdat hul selfbeeld 'n slegte knou gekry het en hulle dink hulle is nikswerd. Daarom laat hulle besluite oor hul lewe aan ander oor. Nog 'n belangrike rede waarom mense in sulke verhoudings bly, is omdat hulle bly hoop dat die oortreder eendag sal verander.

DIE KRINGLOOP VAN GEWELD

Mishandeling gebeur dikwels in sirkels. Daar is tye met baie geweld en dan weer tye dat dit heel stil is. 'n Kringloop of sirkel van geweld begin gewoonlik heeltemal sonder geweld. Dink maar terug aan toe jy die een wat jou nou mishandel ontmoet het. Onthou jy hoe jy toe gevoel het? Hoe gelukkig jy was en hoe jy nie kon wag om hom of haar te sien nie? Dit word die "*wittebroodsfase*" genoem.

Soos wat jou verhouding gevorder het (jy is dalk selfs getroud) het die gestry begin en het jy ongemaklik begin voel. Partykeer was jy nie seker hoekom jou mishandelaar so erg gereageer het nie, of wat jy gedoen het om hom/haar so kwaad te maak nie. Dikwels sou die persoon net sy rug op jou draai en nie met jou praat nie. Dit is die fase waarin *spanning* opbou.



Uiteindelik begin die mishandeling dan – die *geweldsfase*. Die mishandeling kan liggaamlik, mondelings, emosioneel, sielkundig, geldelik of seksueel wees. Jou privaatheid kan geskend word, jy kan geteister of bekruipt word, of dit kan 'n kombinasie hiervan wees.

Dan gebeur dit, veral ná fisieke of seksuele mishandeling, dat jou mishandelaar *berou* toon en selfs herhaaldelik om verskoning vra en om vergifnis smeek. Hy of sy mag ook selfs sê dit was jōu fout en dat jy die situasie ontlok het. Mishandelaars aanvaar selde verantwoordelikheid vir hul optrede. In hierdie stadium mag jy skuldig begin voel en glo dat jy wel die oorsaak van die uitbarsting was. Jy aanvaar dan die verskoning en om die vrede te bewaar, *vergewe* jy jou mishandelaar. So begin die stil *wittebroodsfase* weer, en die kringloop gaan van voor af aan.

Die kringloop van geweld word ook aan die gang gehou deur die hoop dat die een wat jou mishandel, sal verander en weer die persoon word wat jy eens geken en liefgehad het.

GEWELD TEEN VROUE IS 'N SKENDING
VAN MENSEREGTE.

DIE IMPAK VAN MISHANDELING OP VROUE

Wanneer jy 'n werk het, gaan baie werkure verlore as gevolg van die beserings aan jou lyf of jou gevoelens wat huishoudelike geweld meebring. Jy kan selfs jou werk verloor omdat jy te veel van die werk wegbly. Jy kan depressief en vergeetagtig word en moeilik konsentreer. Jy kan ook begin alkohol gebruik en afhanklik raak van drank, dwelms of medisyne vir depressie. Jou gesondheid en gevoelens kan daaronder begin ly en jy kan begin om jou af te sny van jou gesin, vriende en die gemeenskap, omdat jy dit wil wegsteek dat jy mishandel word.

DIE IMPAK VAN MISHANDELING OP KINDERS

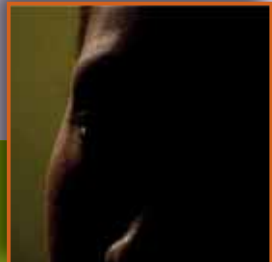
Kinders wat mishandeling sien gebeur, ly dikwels aan probleme as gevolg van spanning, soos dat hulle hul bed natmaak, gedurig hartseer is of swak leer op skool. Hulle kan selfs misdadige dinge begin doen. Kinders loop dikwels weg van die huis af om liever op straat te woon as om huishoudelike geweld te verduur. Dit gebeur ook dikwels dat dié kinders ook mishandelaars word wanneer hulle groot is, omdat hulle glo dat dit is wat in elke huis gebeur.

DIE IMPAK VAN MISHANDELING OP DIE GEMEENSAP EN SAMELEWING

Huishoudelike geweld raak nie net jou en jou kinders nie, maar ook die mense rondom jou, soos jou vriende, familie, bure, kollegas en kerkleiers. Hierdie mense kan jou baie ondersteuning gee,

Oorlewende van huishoudelike geweld wat nou in 'n skuiling woon:

"Jy is bang. Jy luister na die mooi-praatjies, en bly ter wille van die kinders. Moenie bang wees nie. Nou begin ek weer van onder af."



maar dit kan ook gebeur dat hulle by die probleem ingetrek word, en dit kan vir hulle baie gevaarlik wees. Indien iemand van buite by die probleme in 'n huishouding betrokke raak, moet hulle baie goed verstaan hoe ver hulle kan gaan.

Huishoudelike geweld kos die regering en hospitale, polisie, howe, welsyn, skole en besighede baie geld.

JOU REGTE

Jou regte word beskerm deur 'n hele paar wette en beleidsdokumente van die Suid-Afrikaanse regering:

- **Die Grondwet en die Handves van Menseregte** (www.info.gov.za/documents/constitution/index.htm) beskerm jou reg op menswaardigheid, gelykheid, lewe, die vryheid om kontak te maak met wie jy wil en te gaan waar jy wil, privaatheid, toegang tot howe, veiligheids- en ander dienste en regverdigde administrasie.
- **Die Wet op Gesinsgeweld, Nr. 116 van 1998** (www.info.gov.za/gazette/acts/1998/a116-98.pdf) gee vir jou wetlike beskerming teen huishoudelike geweld. As daar redelike bewyse is dat iemand hierdie wet oortree het, kan die skuldige in hegtenis geneem word. Die skuldige kan ook in die hof verskyn, maar die saak sal waarskynlik nie verder gevoer word as die slagoffer nie bereid is om te getuig nie. As die slagoffer nie kan getuig nie, of nie geskik is daarvoor nie, kan die hof vra dat 'n derde party getuig. Die hof kan ook die persoon wat jou mishandel, beveel om jou en jou kinders geldelik te onderhou. Polisielede word deur die wet verplig om jou te help deur jou regte te verduidelik, vir jou 'n veilige blyplek te kry en jou te help om mediese hulp te kry indien nodig.

ONTHOU OM DIE HANDVES VIR SLAGOFFERS TE NOEM WANNEER JY KLA OOR SWAK DIENS. NOG BETER: NEEM 'N AFSCRIF SAAM MET JOU.

- **Die Wet op Seksuele Misdrywe en Verwante Aangeleenthede, Wet 32 van 2007** (www.mosaic.org.za) gee beskerming teen alle soorte seksuele geweld, onder meer verkragting in die huwelik.
- **Dienshandves vir Slagoffers van Misdaad in Suid-Afrika** en die **Dokument oor Minimum Standaarde vir Dienste vir Slagoffers van Misdaad** (www.doj.gov.za) is daar om te verseker dat slagoffers en oorlewendes van misdaad gerespekteer word, en dat die polisie, landdroste, aanklaers, hofklerke, paroolbeamptes, dokters, verpleegsters en maatskaplike werkers almal volgens vaste reëls optree. Die handves sê jy het die reg om regverdig en met respek vir jou waardigheid en privaatheid behandel te word. Jy het die reg om inligting oor jou saak te kry; jy het die reg op beskerming, hulp, en vergoeding; en jy het die reg om te kla as dit nie gegee word nie.

Daar is nog beleidstukke en dokumente waarin die voorkoming van huishoudelike geweld baie belangrik is:

- **Die Suid-Afrikaanse 365 dae-plan vir Optrede teen Geslagsgeweld** (gaan na www.doj.gov.za en soek vir 365 day National Action Plan).
- **Die Suider-Afrikaanse Ontwikkelingsgemeenskap se verklaring oor die voorkoming en uitwissing van geweld teen vroue en kinders** (www.sardc.net/widsaa/sgm/1999/sgm_eradviol.html)
- **Die Protokol vir Vroue van Afrika** (www.achpr.org/english/_info/women_en.html)
- **Die Verenigde Nasies se Konvensie oor die uitskakeling van alle vorme van diskriminasie teen vroue** (CEDAW) (www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/)

DRING AAN OP REGVERDIGE BEHANDELING.
 KYK OP BLADSY 22 VIR MANIERE OM TE KLA
 INDIEN DIT NIE GEBEUR NIE.

HOE OM HULP TE KRY

Daar is 'n paar maniere waarop jy hulp kan kry om te keer dat huishoudelike geweld voortgaan.

Dit is altyd die beste om na 'n nie-regeringsorganisasie te gaan vir hulp en leiding, of selfs na 'n regeringskantoor wat spesifiek met huishoudelike- of geslagsgeweld werk. Hulle sal jou help deur die moeilike proses om jou lewe verander te kry. Hulle help met berading en ook om 'n aanklag in te dien of 'n lasbrief te kry. Hulle sal jou mediese hulp laat kry en vir jou en jou kinders 'n veilige plek waar julle kan bly as julle in gevaar is of besluit het om uit die huis te trek.

BERADING

'n Goeie eerste stap is om 'n hulplyn vir huishoudelike geweld te bel (sien die lys agter in die boek). Jy kan ook 'n berader gaan sien. Berading is goeie ondersteuning, en dit help jou om na verskillende moontlikhede te kyk. Die berader probeer ook om die situasie deur jou oë te sien, en dit help jou om nie so alleen te voel nie en te verstaan dat om alleen te voel een van die moeilikste dinge van mishandeling is. Organisasies soos dié wat agter in die boek genoem word, kan jou help om 'n klag in te dien, 'n beskermingsbevel te kry en/of jou na 'n plek van veiligheid te verwys. Hulle kan jou ook in aanraking bring met steungroepe, sodat jy bystand kan kry van mense wat dieselfde dinge ervaar het. Jy sal so maniere kan ontdek om jou lewe weer reg te ruk. Daar is ook berading vir paartjies en gesinne beskikbaar.

HOE OM 'N KLAG IN TE DIEN

Deur 'n klag in te dien teen die persoon wat jou mishandel begin jy die

**JY HET DIE REG OP 'N LEWE SONDER GEWELD.
EIS DIT.**

pad loop om jou mag weer terug te kry. Daarmee sê jy: Tot sover en nie verder nie!

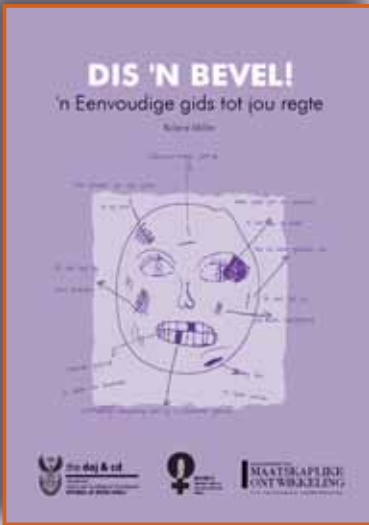
'n Klag word ingedien by die polisiekantoor die naaste aan waar die huishoudelike geweld plaasgevind het. Die polisie kan jou selfs na die hof verwys sonder dat jy 'n klag indien. Dit is egter jou reg om 'n klag in te dien en dit sal jou hofaansoek om 'n beskermingsbevel versterk. Dring dus daarop aan om 'n klag in te dien. Jy sal gevra word om die polisiekantoor se gebeurboek te teken en die polisie sal 'n inskrywing maak in die voorvalleboek as bewys dat jy die mishandeling gerapporteer het.

HOE OM 'N BESKERMINGSBEVEL TE KRY

'n Beskermingsbevel is 'n dokument wat 'n mishandelaar wetlik keer om enige vorm van huishoudelike geweld teen jou te pleeg. Nadat jy die aansoekvorms by die hof voltooi het en die verklaring onderteken het, kan 'n landdros vir jou, afhangend van hoe erg die mishandeling is, 'n tydelike beskermingsbevel gee. Dit sal geld totdat jy en die mishandelaar voor die landdros verskyn sodat hy die saak kan aanhoor. Sodra die beskermingsbevel egter gefinaliseer is, is hierdie bevel permanent, of geld dit totdat jy besluit om dit terug te trek.

Jy kan 'n beskermingsbevel kry by die landdroshof die naaste aan waar jy woon of werk, waar die mishandelaar woon of werk, of die naaste aan waar die mishandeling gebeur het. By sommige howe is daar ondersteuningspersoneel wat vir jou berading kan gee en jou deur die hele proses help. Jy hoef dit nie alleen te doen nie. In 'n dringende geval kan jy ook ná werkure om 'n beskermingsbevel aansoek doen. Die polisiekantoor moet dan 'n landdros kry om die vorms te teken.

**BESKOU GEWELD TEEN VROU AS 'N ERNSTIGE
SAAK. PRAAT DAAROM, KRY HULP,
VOORKOM DIT.**



Nadat die beskermingsbevel toegestaan is, geld dit dwarsoor die land.

Wie mag ’n beskermingsbevel kry?

Enigeen wat mishandel is – selfs ’n minderjarige mag sonder bystand ’n aansoek indien. ’n Derde party wat vir jou veiligheid vrees, soos ’n berader, maatskaplike werker, polisiebeampte, gesondheidswerker of onderwyser, mag met jou skriftelike toestemming namens jou aansoek doen.

Indien die mishandelaar hom of haar nie aan die beskermingsbevel steur nie, moet jy die polisie ontbied of dit onmiddellik by die polisiekantoor aanmeld. Die polisie sal jou verklaring afneem oor wat gebeur het en vra vir jou tydelike beskermingsbevel en lasbrief.

Al is jy nie in besit van ’n Lasbrief nie, moet die polisie jou aanvaller arresteer indien hulle vermoed dat jy in gevaar verkeer. Hulle moet die huis vir wapens deursoek indien hy/sy jou gedreig het, en jou help om mediese hulp te kry of na ’n plek van veiligheid te gaan indien nodig.

Vir meer besonderhede oor beskermingsbevele, kan jy Mosaic se webwerf besoek (www.mosaic.org.za) of hulle bel by 021 761 7585 en vra vir *Dis 'n bevel!*, ’n boekie oor beskermingsbevele. Die boekie is beskikbaar in Afrikaans, Engels en Xhosa.

Baie mense is bang om ’n beskermingsbevel te kry omdat hulle dink dit

sal die mishandelaar nog gewelddadiger maak. In die meeste gevalle is dit nie so nie. Die meeste mishandelaars wil nie in hegtenis geneem word nie en die beskermingsbevel is 'n afskrikmiddel. Bespreek asseblief al jou opsies en maak met die hulp van 'n berader die regte keuse.

KOM WEG VAN GEVAAR

Baie vroue besef dat hulle nie in die pad van gevaar kan bly nie, en hulle begin 'n nuwe lewe in plekke van veiligheid. Ander trek by vriende of familie in, en sommige bly by hul huis en sorg dat die mishandelaar weggaan. Jy kan kies wat jy wil doen, maar dis die beste as 'n berader saam met jou na moontlikhede vir jou en jou kinders kyk. Elke mens se situasie is anders en daar is nie een oplossing vir almal nie. Die belangrikste ding is egter om weg te kom van gevaar en jou omstandighede te verander voordat dit te laat is.

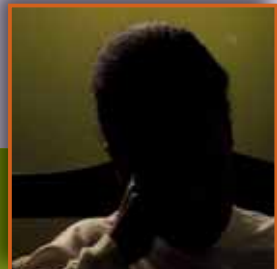
Onthou dat wanneer jy vertel dat jy mishandel word, jy jouself in die gevaar kan stel. Wanneer die mishandelaar vermoed dat jy beplan om weg te gaan, is dit ook 'n baie gevaarlike tyd. Die beste manier om weg te gaan is sonder om iemand daarvan te sê en wanneer die kinders uit die pad van gevaar is.

Die volgende moet deel wees van jou wegkomplan:

- Moet dit nie alleen doen nie.
- 'n Plek om na te gaan, soos vriende, familie of 'n plek van veiligheid.
- 'n Sak met ekstra klere vir jou en die kinders, afskrifte van dokumente soos jou ID, kinders

Oorlewende van huishoudelike geweld:

"Hy het my blouoog geslaan, en ek het na die maatskaplike werker gegaan en gevra of sy weet van 'n plek waar ek 'n nuwe lewe kan begin."



se geboortesertifikate, jou beskermingsbevel, medisyne indien nodig en spaarsleutels vir die huis en motor.

- Gee spaarsleutels vir jou bure indien die mishandelaar jou soms in 'n kamer toesluit en weggaan.
- Hou die telefoonnommers van bure en familieledede byderhand.
- Laat weet jou bure, vriende en familie van tekens van gevaar, en stel 'n steunplan op, soos om hulle te vra om by jou huis 'n draai te maak indien hulle nie binne 'n sekere tyd van jou gehoor het nadat jy besluit het om weg te gaan nie.
- Die kinders wat oud genoeg is, moet gewys word op die tekens van moontlike geweld en wie om te kontak vir hulp, soos die SAPD, familie en bure.

SORG VIR JOU GESONDHEID

Dis nie net jou gevoelens wat seerkry wanneer jy mishandel word nie, jou gesondheid ly ook daaronder. Sommige vroue wil nie mediese hulp hê nie, omdat hulle bang is dat mense van die mishandeling te hore sal kom. Dit kan erge gevolge hê. Navorsing wys dat gewelddadige lewensmaats selfs gewelddadiger kan word wanneer die vrou swanger is. Daarby raak mishandelaars dikwels by ander verhoudings betrokke, wat jou kanse verhoog om seksueel oordraagbare siektes soos MIV en VIGS te kry. Selfs al is dit moeilik, moet jy probeer om te vra dat julle 'n kondoom gebruik.

Dit is baie belangrik dat jy gereeld na die kliniek of 'n gesondheidswerker gaan om te keer dat jou liggaam en voortplantingsorgane permanente skade kry. Jy kan die gesondheidswerker ook vra om jou na 'n organisasie te verwys wat kan help met gevalle van huishoudelike geweld.

**KRY DIE TOETS. KRY BEHANDELING. KRY
BEHEER. STOP MIV/VIGS!**

PROGRAMME VIR OORTREDERS

Rehabilitasieprogramme vir oortreders kan vrywillig of verpligtend wees. Sommige mishandelaars word deur 'n landdros op so 'n program gestuur nadat hulle die bepalings van 'n beskermingsbevel verbreek het. Jy kan die hof versoek om die een wat jou mishandel op 'n rehabilitasieprogram te stuur as deel van sy/haar vonnis.

Programme vir oortreders maak mishandelaars bewus van hul optrede en soms kom hulle onder die besef van hul dade en verander. Hulle begin insien hulle het 'n probleem en leer hoe om dit te hanteer. Sommige is bang hulle gaan tronk toe waar hulle ook maklik die slagoffer van mishandeling kan word. Sommige vroue weier om 'n oortreder terug te vat alvorens hy nie 'n rehabilitasieprogram ondergaan het nie.

WAT GEMEENSAPPE KAN DOEN

- Moenie anderpad kyk nie – maak jou stem dik oor huishoudelike geweld. Rapporteer geweld teen vroue en kinders; dit is nie 'n private saak nie. Moedig vroue aan om te praat en te rapporteer. Leer ken die basiese stappe van rapportering en die aansoek om 'n beskermingsbevel.
- Doen moeite om vroue te wys waar hulle hulp kan kry. Jy kan haar ook self soontoe neem, of reël dat sy met 'n berader oor die telefoon praat, of een in jou huis sien indien dit moeilik is om dit in haar eie huis te doen.
- Werk saam met die leiers in die gemeenskap en die kerk, of met godsdiensgroepe, welsynorganisasies, onderwysers, volwassenes en jeugdiges om die boodskap uit te dra dat huishoudelike geweld

STEL JOU GEMEENSAPPE VOOR
SONDER HUISHOUDELIKE GEWELD.

nooit kan en sal geduld word nie.

- Skep netwerke onder mans om kennis en ervaring uit te ruil.
- Gebruik die media, teater en ander kommunikasiekanale om die kwessie van geweld teen vroue te takel.
- Identifiseer openbare plekke waar seksuele teistering, verkragting en ontvoering kan gebeur, en begin projekte om jou woonbuurt veiliger te maak vir vroue, kinders en ouer mense.
- Skenk kos, klere en ander noodsaaklikhede aan plekke van veiligheid vir mishandelde vroue. Bied werk aan vir vroue in plekke van veiligheid indien jy kan, of aan diegene wat tuis in mishandeling vasgevang is. Dit sal hulle help om geldelik onafhanklik te word, en dit is 'n belangrike stap om die kringloop van geweld te beëindig.
- Maak jou stem dik teen te veel drank en die gebruik van dwelms. Daar is 'n verband tussen huishoudelike geweld en die misbruik van middels.
- Probeer seuns grootmaak met goeie waardes, 'n gesonde selfbeeld en positiewe houding teenoor vroue. Bespreek met hulle dinge soos stereotipe idees oor vrou-wees en man-wees, verhoudings, hofmaak, skadelike seksuele praktyke en respekvolle verhoudings.
- Ondersteun seksualiteitsopvoeding in skole.



Debra Rennie, oorlewende van huishoudelike geweld, skrywer en spreker:

"Die man wat gesê het hy is lief vir my het my 'n nikswerd en 'n ellendige vrou genoem. Dit laat jou terugstaan en vra: Kan dit waar wees?"

WORD JY MISHANDEL?

Enige verhouding het soms spanning, maar indien die volgende gereeld gebeur, moet jy dit oorweeg om met 'n berader te praat om maniere te kry om jou lewe te verbeter:

Jou lewensmaat, gewese lewensmaat, familielid of iemand in jou huis

1. slaan jou;
2. vloek jou;
3. dwing jou om seks te hê of seksuele daade te doen;
4. dreig om jou, jou kinders of familielede seer of dood te maak;
5. kraak jou af deur beledigings;
6. veroordeel, kritiseer en boelie jou;
7. laat jou verward, kwaad en tranerig voel;
8. laat jou hartseer, nikswerd en ontevrede voel;
9. teister en agtervolg jou en skend voortdurend jou privaatheid;
10. weerhou geld van jou en manipuleer jou met geld; en
11. laat jou wens dat jy jousef meer kan laat geld.

Indien een of meer van die bogaande waar is, word jy mishandel. Kyk asseblief na die hulpbronnys op die volgende bladsy waar jy hulp kan kry.

LYS VAN HULPBRONNE

NOODNOMMERS

Polisie se noodnommer: 10111

Maak ook seker jy het die nommer van jou plaaslike polisiekantoor.

TELEFOONBERADING

Stop Women Abuse se hulplyn:

0800 150 150

Lifeline: Telefoniese berading en besoeke

0861 322 322 or (021) 461 1111

Rape Crisis se beradingslyne:

Sentraal 021 447 9762, Manenberg 021 633 5287,
Khayelitsha 021 361 9085

NIE-REGERINGSORGANISASIES, HULPORGANISASIES EN DIE REGERING

Mosaic Training, Service and Healing Centre for Women (Mosaic Opleidings-, Diens- en Genesingsentrum vir Vroue): Berading en steun, hulp met beskermingsbevele, kliniek vir reproductiewe gesondheid, verwysings na skuilings. Satellietkantore dwarsoor Kaapstad.

021 7617585 | www.mosaic.org.za



Oorlewende van huishoudelike geweld:

"Ek sal nie daarheen teruggaan nie. Ek sien nou 'n beter toekoms vir myself en my kinders. Uiteindelik het ek gemoedsrus."

Saartjie Baartman Sentrum vir Vroue en Kinders:

Berading, regsadvies, vaardigheidsopleiding, verwysing na plek van veiligheid.

021 633 5287 | www.saartjiebaartmancentre.org.za

Simelela Sentrum vir die Oorlewendes van Seksuele Geweld (24 uur):

Berading, mediese sorg en krisishulp, forensiese ondersoeke, polisiehulp, verwysings na skuilings.

021 361 0543

Mitchells Plain-sorgsentrum:

Berading en verwysing na plekke van veiligheid.

021 397 3613

Famsa:

Berading, maatskaplike dienste, verwysings na plekke van veiligheid.

Satellietkantore orals in Kaapstad. 021 447 7951 | www.famsa.org.za

Rape Crisis:

Telefoniese berading en besoeke vir slagoffers van verkragting (ook huishoudelike seksuele geweld). Satellietkantore in Manenberg en Khayelitsha. 021 447 1467 | www.rapecrisis.org.za

Trauma Sentrum:

Traumarespons, ingryping by krisis, berading, verwysing.

021 633 5287 | www.trauma.org.za

79-jarige wat verkragting oorleef het:

"Die dokter het gesê ek moes harder geskreeu het. Hy het my nie eens ondersoek nie. Hulle het gesê ek het Alzheimers."



Halt Elder Abuse Line (Heal):

Steun-, beradings- en rapporteringsmeganisme vir ouer persone wat ly onder huishoudelike en ander vorme van geweld.

0800 003081.

Wes-Kaapse Netwerk oor Geweld teen Vroue:

Koördineer en integreer organisasies en individue deur voorspraak, openbare bewusmaking, opleiding ter steun van vroueregte en 'n einde aan huishoudelike geweld.

021 633 5287 | www.wcnetwork.org.za

Distrikskantore van die Departement van Maatskaplike Ontwikkeling:

Bel 0800 220250 en vra vir 'n maatskaplike werker wat in jou gebied berading en verwysings na skuilings doen.

Oortredersprogramme:

Famsa: 021 447 7951 | www.famsa.org.za

Nicro: 021 462 0017 | www.nicro.org.za

PLEKKE VAN VEILIGHEID

Die organisasies en kantore hierbo sal jou kan verwys na 'n plek van veiligheid in die Wes-Kaap. Hier is 'n paar:

- Saartjie Baartman Sentrum, Heideveld: 021 633 5287
- St. Anne's, Woodstock: 021 448 6792
- Carehaven, Bridgetown: 021 638 5511
- Sisters Incorporated, Wynberg: 021 797 4190
- Islamic Resource Foundation of South Africa, Heideveld:
021 638 5578

- Place of Hope, Lansdowne: 021 697 2019
- Dusk to Dawn, Ravensmead: 021 931 3622
- Sizakuyenza, Philippi: 021 374 0800
- Bonne Esperance, Philippi: 021 691 8664
- Selby Lodge: 021 511 6510
- Island of Hope, Paarl: 021 872 6032
- Athlone House of Strength (AHOS) Paarl: 021 862 9983
- Eerste Begin Skuiling, Worcester: 021 691 8665
- United Sanctuary Against Abuse, Atlantis: 021 572 8662

BYKOMENDE SUID-AFRIKAANSE WEBWERWE:

www.abuseisnoexcuse.co.za | www.womensnet.org | www.debra.co.za

NUTTIGE BOEKE DEUR PLAASLIKE OORLEWENDES VAN HUISHOUDELIKE GEWELD

The Relationship Magnet en *Relationships, the Unspoken Truths* deur Debra Rennie, beskikbaar by www.debra.co.za of bel 076 638 4455.

Look Me in the Eye deur Caryl Wyatt, beskikbaar by www.abuseisnoexcuse.co.za

Jong ma wat verkragting oorleef het:

"Daar is hoop en daar is 'n lig aan die einde van die tunnel vir enigeen besig met hierdie pynlike reis. Jy is nie alleen nie."



WAAR OM TE KLA AS JY ONREGVERDIG BEHANDEL IS

Gebrekkige diens deur die polisie:

- Die eerste stap is om te kla by die bevelvoerder van die polisiekantoor waar jy nie goeie diens gekry het nie.
- Indien dit nie help nie, is jy geregtig om jou klagte te neem na die Onafhanklike Klagtedirektoraat: 021 941 4800.
E-pos: complaints@icd.gov.za
Webwerf: www.icd.gov.za
- En as dit ook nie werk nie kan jy die saak voorlê aan die LUR vir Gemeenskapsveiligheid in die Wes-Kaap: 021 483 4939.

Swak diens van aanklaers, landdroste en klerke van die hof:

- Kom in verbinding met die provinsiale kantoor van die Departement van Justisie en Staatkundige Ontwikkeling by 0800 601 011 of 021 462 5471. Die nasionale kantoor kan gekontak word by 012 312 7470.
- Die Landdrostekommissie: Tel. 012 325 3951.
- Die Regterlike Dienskommissie: Tel. 051 447 2769.

Swak diens deur die Departement van Maatskaplike Ontwikkeling, soos deur byvoorbeeld maatskaplike werkers wat vir die staat werk:

- Bel heel eerste jou plaaslike Departement van Maatskaplike Ontwikkeling se distrikskantoor. Kry die nommer deur 0800 220 250 te bel. Gaan daarna met jou klagte na die provinsiale hoofkantoor by 0800 220 250 of 021 483 3871.

Swak diens deur dokters, verpleegsters en ander gesondheidswerkers:

- Praat met die bestuurder van jou hospitaal of kliniek. Indien jy

steeds nie tevrede is nie, kontak die provinsiale Departement van Gesondheid by 021 483 5624.

Onthou om die naam en titel neer te skryf van die persoon wat veronderstel was om jou te help. Verwys ook na die Dienshandves vir Slagoffers van Misdaad en die Dokument oor Minimum Standaarde wanneer jy kla. Die beste is om 'n afskrif saam te neem – dit is beskikbaar by alle distrikskantore van die Wes-Kaapse Departement van Maatskaplike Ontwikkeling en die Departement van Justisie en Staatkundige Ontwikkeling. Jy kan dit ook op die internet kry by www.doj.gov.za

“En om 'n einde te maak is
om weer 'n begin te maak, die
eindpunt is vanwaar ons begin.”

– *TS Eliot*



MOSAIC
TRAINING, SERVICE &
HEALING CENTRE FOR
WOMEN

DEPARTEMENT VAN
MAATSKAPLIKE
ONTWIKKELING
VIR VOLHOUBARE GEMEENSAPPE